

Kulturführerschein® Demenz

PETRA WIENSS

Die Zukunft hat begonnen

Vor zehn Jahren, beim ersten Seniorentag in Düsseldorf-Gerresheim, eröffnete die damalige Oberbürgermeisterin der Stadt, Marlies Smeets, den Besucherinnen und Besuchern: »Für Gerresheim hat die Zukunft schon begonnen!«

Der Hintergrund: 1995 betrug der Anteil der Gerresheimer Einwohner, die über 60 Jahre alt waren, schon 25 Prozent. Wurden die Menschen in der nachberuflichen Phase ab 55 Jahre dazu gezählt, waren es bereits zwischen 31 und 34 Prozent. Mitverantwortlich für den hohen Prozentsatz von Menschen in der nachberuflichen Phase war die »Freistellung« vieler Beschäftigter einer größeren Gerresheimer Firma. Da sich der demografische Wandel in Düsseldorf-Gerresheim früher als in anderen Stadtteilen abzeichnete und sich die so genannten »jungen Alten« nicht für die klassischen Angebote der Begegnungsstätte interessierten, reagierten die Verantwortlichen mit der Gründung eines ersten Netzwerks für aktive Seniorinnen und Senioren.

Zehn Jahre später verlangt die demographische Entwicklung nun eine weitere Neuorientierung der Begegnungsstättenarbeit. Die Förderung und Erhaltung einer möglichst selbstständigen Lebensführung im häuslichen Umfeld rückt die Zielgruppe der hochbetagten Menschen im Stadtteil – die Menschen in der vierten Lebensphase – in den Fokus der Aufmerksamkeit. Hier gilt es, fachlich kompetente und bedarfsgerechte Angebote zu entwickeln, die die Forderung nach »Erhalt und Unterstützung der Häuslichkeit« umsetzen. Gemeinwesenorientierte Arbeit mit Älteren muss zukünftig vor allem auch als Prävention verstanden werden, zum Beispiel, um Pflegebedürftigkeit zu vermeiden. Nicht mehr die Kompensation von Defiziten, sondern die Förderung von Kompetenzen steht im Zentrum des Interesses.

Die Betreuung demenzerkrankter Menschen, die Beratung und Information pflegender Angehöriger, die Unterstützung der pflegenden Angehörigen und die Schaffung eines neuen Betätigungsfeldes für ehrenamtliche Arbeit positioniert die Begegnungsstätte, zusätzlich zu den traditionellen Aufgabenfeldern, im vorpflegerischen und pflegebegleitenden Bereich und trägt so zu einer stärkeren Profilierung der Begegnungsstätten bei.

Das Projekt erhielt den Namen »Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen« und beschreibt die Entwicklung und Implementierung eines neuen Angebotes zur Entlastung pflegender Angehöriger. Das Projekt umfasste mehrere Bausteine: eine ausführliche Bedarfsermittlung, die Einrichtung eines Runden Tisches im Stadtbezirk, die Konzeption und Umsetzung der Seminarreihe Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen« und – als innovatives Betreuungsangebot – die Einrichtung des »Café VergissMeinNicht«. Dabei wurde versucht, die von dem Gerontologen Peter Zemann postulierten Umsetzungsmethoden für eine qualitätsbewusste und erfolgreiche soziale, gemeinwesenorientierte Altenarbeit zu berücksichtigen.

Diese Methoden sind gekennzeichnet durch:

- Flexibilität gegenüber sich verändernden Zielgruppen und Wirkungsfeldern.
- Akzeptanz und Wirksamkeit. Der Erfolg eines Angebotes muss durch die Akzeptanz einer Zielgruppe belegt werden.
- Spezielle Fachlichkeit. Grundsätze aus der Kultur-, Bildungs- und Sozialarbeit werden einem Mangel an Fachlichkeit traditioneller Altenarbeit entgegengesetzt.
- Zielgruppen stehen nicht als soziale Formation bereit, ihre Entwicklung ist bereits Teil der modernen Altenarbeit.
- Kooperation und Vernetzung auch mit Ressourcen des freiwilligen sozialen Engagements (vgl. Peter Zemann¹).

Die Ausgangslage

Allein in Düsseldorf leben schätzungsweise 13.000 demenzerkrankte Menschen. Zu Beginn der Erkrankung werden die meisten von ihnen – etwa 80 Prozent – zu Hause von ihren Angehörigen und nahen Bezugspersonen gepflegt und betreut. Dies entspricht dem Wunsch der meisten demenzerkrankten Menschen und ist politisch gewollt. Für den an Demenz erkrankten Menschen ist ein Verbleib in der gewohnten Umgebung und der Kontakt zu ver-

1 Zemann, Peter: Was ist »moderne« Altenarbeit? Referat anlässlich der internationalen Fachtagung »Paradigmenwechsel in der Altenarbeit« Bonn/Berlin 1999.

trauten Menschen sehr hilfreich. Aber: Die Angehörigen kostet es oft enorm viel Kraft, einen dementen Menschen zu pflegen und zu betreuen. Die größte Belastung: Die Pflegenden sind dauernd und ohne Verschnaufpause an den demenzerkrankten Menschen gebunden.

Die Ängste und Sorgen der pflegenden Angehörigen:

- Sie haben Angst, ihr Familienmitglied zu verlieren.
- Die Pflege raubt viel von der körperlichen und geistigen Kraft.
- Die Verwirrtheit macht ihnen zu schaffen.
- Sie schämen sich für das Verhalten der Kranken, das nicht mehr den Menschen entspricht, die sie einmal kannten.
- Sie leiden unter dem fortschreitenden Persönlichkeitsverlust ihrer Angehörigen.
- Sie können ihnen nicht aus ihren Angstkrisen helfen.
- Sie erfahren keine Zuneigung mehr von ihnen.
- Sie schämen sich für Gedanken wie »Wie lange schaffe ich das noch? Soll ich ihn/sie nicht doch in ein Heim geben?«

Das Risiko pflegender Angehöriger, auf Grund der hohen körperlichen und psychischen Belastung selbst zu erkranken, ist sehr hoch. Außer der finanziellen Unterstützung durch die Pflegeversicherung gibt es bisher nur wenige Unterstützungs-, Beratungs- und Hilfeangebote.

»Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen!«

Projektbeschreibung

Um die Lebensqualität der pflegenden Angehörigen und ihrer an Demenz erkrankten Familienmitglieder zu erhalten und zu verbessern, hat die Ökumenische Begegnungsstätte im »Leben im Alter Zentrum Gerresheim« ein Programm mit Beratungs-, Unterstützungs- und Schulungsangeboten entwickelt.

Die Versorgungslücke für diese Zielgruppe wird in Zukunft durch drei sich ergänzende Hilfebausteine geschlossen:

- Der Hilfebaustein Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen«
- Der Hilfebaustein für Menschen mit Demenz
- Der Hilfebaustein für pflegende Angehörige

Hilfebaustein Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen«: Diese umfassende Fortbildungsreihe soll helfen, das Tabu um das Thema Demenz zu

brechen und interessierten Menschen die Ängste und Vorbehalte im Umgang mit Demenzerkrankten nehmen. Die Teilnehmenden erhalten Fachinformationen zum Krankheitsbild, zu rechtlichen Aspekten und zum Umgang mit demenzerkrankten Menschen und sie lernen über ein »Programm der Sinne« Methoden, sinnlich und auch ohne Kommunikation mittels Sprache die Mauer der Isolation zum demenzerkrankten Menschen zu überwinden. Zielgruppe des Fortbildungsprogramms sind einerseits pflegende Angehörige und Menschen, die überlegen, sich freiwillig in der Betreuung demenzkranker Menschen zu engagieren. Weiterhin können sich bereits engagierte Menschen durch die Fortbildungsreihe qualifizieren und sich für weitere innovative Projekte anregen lassen. Auch bei unseren Kooperationspartnern im Gemeinwesen und in der Kirchengemeinde tätige Interessierte sind ausdrückliche Zielgruppe, damit Vernetzung im Gemeinwesen gelingen kann.

Hilfebaustein für Menschen mit Demenz: Ziel dieses Angebots ist es, demenzerkrankte Menschen ihren individuellen Möglichkeiten entsprechend zu fördern und ihre verbliebenen Fähigkeiten zu erhalten und zu kompensieren. Das wöchentlich stattfindende »Café VergissMeinNicht« ermöglicht den demenzerkrankten Besuchern das Gefühl der Wertschätzung und des Ange-nommenseins, in einer Geborgenheit vermittelnden Atmosphäre mit individueller 1:1 Betreuung. Sie erleben sich als kompetent, Lebensqualität wird wahrgenommen, vielleicht auch nur für den Augenblick. Und: Die Angehöri-ge haben für ein paar Stunden »frei«.

Hilfebaustein für pflegende Angehörige: Für pflegende Angehörige ist einmal monatlich ein Angehörigen-Stammtisch geplant. Er bietet die Mög-lichkeit zum Kontakt, zur Beratung und zur Information und soll die pflegen-den Angehörigen dazu ermutigen, sich mit ihren Sorgen, Gedanken und Erfahrungen mit anderen auszutauschen. Und sie daran erinnern: Sie sind mit ihren Belastungen nicht allein. Der Stammtisch bietet aber auch ganz andere interessante Themen wie zum Beispiel Kultur- und Kreativangebote, die Ab-lenkung bieten und helfen, die »persönlichen Akkus aufzuladen«.

Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen«

Seminarprogramm zur Gewinnung und Schulung ehrenamtlicher Mitarbeite-rinnen und Mitarbeiter im Tätigkeitsfeld »Betreuung demenzerkrankter Men-schen«:

Ziele des Seminarprogramms

Der Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen« ist ein Seminarprogramm zur Gewinnung und Schulung ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Tätigkeitsfeld »Betreuung demenzerkrankter Menschen«. Es möchte dafür sensibilisieren,

- dass der an Demenz erkrankte Mensch sich auch »jenseits seiner Ratio« mitteilen kann.
- dass er auch ohne Worte, ohne Sprache kommunizieren und Kontakt zum Gegenüber aufnehmen kann.
- dass auch die Teilnehmenden selbst diese sinnliche Kommunikation (wieder) erlernen können, um dem demenzerkrankten Menschen ein Stück näher zu kommen...
- ...und manchmal auch sich selbst.

Unsere Sinne gehen im Alltag oft verloren...

... und dabei steht der Mensch doch mit den Sinnen in Kontakt zu seiner Umwelt. Demenzerkrankte Menschen fühlen sich oft isoliert. Daher kann durch die Anregung der Sinne der Kontakt zu ihnen wieder hergestellt werden. Auf dieser Grundlage der Sinne ist das Seminarprogramm aufgebaut. Es enthält kreative Einheiten und Übungen der Sinne. Wichtige Voraussetzung ist, dass die Teilnehmenden selbst ihre Sinne neu erleben und Freude daran haben. Nur wenn sie den Wert der sinnlichen Wahrnehmungen erkennen, werden sie auch in einer »sinnlichen« Art mit den demenzerkrankten Menschen wieder umgehen können.

Der Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen« möchte ...

- das Bewusstsein für das Krankheitsbild Demenz stärken und es als gesellschaftliches Tabu überwinden helfen.
- einen individuellen, Vertrauen stiftenden Zugang im Kontakt mit demenzerkrankten Menschen schaffen.
- interessierten Menschen die Ängste und Vorbehalte im Umgang mit demenzerkrankten Menschen nehmen.
- die Sinneswahrnehmung aktivieren und die Auseinandersetzung damit erhöhen.
- die Freude am gemeinsamen Arbeiten und Lernen in einer Gruppe wecken.
- die persönlichen Akkus aufladen.
- die Ausdrucks-, Kontakt- und Kommunikationsfähigkeit fördern und bereichern.
- lehren, sich »jenseits der Ratio« mitzuteilen.
- die Betreuung demenzerkrankter Menschen erleichtern.

- wertvolle Erfahrungen und persönliche Bereicherung vermitteln.
- ein kreatives Methodenspektrum zum Umgang mit demenzerkrankten Menschen anbieten.
- theoretisch fundiertes und primär praxisbezogenes Wissen über Demenz vermitteln.
- vermitteln, dass sich ein gelungener Kontakt nur im gegenseitigen Geben und Nehmen vollzieht. Das heißt: Der lebendige Kontakt mit Hilfe der Sinne gibt
- sowohl dem Demenzerkrankten als auch dem Gesunden die Möglichkeit, sich »jenseits der Ratio« mitzuteilen.

Projektteilnehmende

Die intensive Öffentlichkeitsarbeit und der originelle Flyer mit seiner eingehefneten Brausetüte als Erinnerungssymbol (an die Kindheit) deuteten bereits im Vorfeld auf ein etwas anderes Seminar hin und bewirkten, dass am »Schnuppertag« 35 interessierte Personen kamen. Die zwei Männer und 33 Frauen waren zwischen 45 und 87 Jahren und hatten unterschiedlichste Bildungs- und Berufserfahrungen und Vorkenntnisse zum Thema Demenz. Für einige war der Schnuppertag der erste Kontakt zu Angeboten der Diakonie, fünf Teilnehmende waren schon ehrenamtlich für die Diakonie tätig, die weiteren waren pflegende Angehörige, ehrenamtliche Mitarbeiterinnen der beiden Kirchengemeinden, Vertreterinnen des Seniorenbeirates und Netzwerker. Drei hochbetagte Besucherinnen der Begegnungsstätte zeigten ebenfalls Interesse an der Fortbildung. Dies erwies sich für die weitere Implementierung des geplanten Betreuungscafés als wahrer Glückfall, da die Besucherinnen das Thema Demenz und die Fortbildung sehr positiv in der Begegnungsstätte kommunizierten und so keine Vorbehalte seitens der traditionellen Besucherschaft aufkamen.

Projektteam

Der Kulturführerschein® Demenz – »Mit allen Sinnen« wurde in Kooperation von der Ökumenischen Begegnungsstätte und dem Kultur-Netzwerk Gerresheim der Diakonie in Düsseldorf organisiert und von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen, einer Dipl. Sozialarbeiterin und einer Dipl. Sozialpädagogin, konzipiert und geleitet. Wissenschaftlich begleitet und dokumentiert wurde die Seminarreihe von einer Studentin der Fachhochschule Düsseldorf im Rahmen ihrer Diplomarbeit. Eine Studentin der Erziehungswissenschaften in Bonn und eine Praktikantin, die eine gestalttherapeutische Ausbildung absolvierte, unterstützten die Arbeit.

Zeitlicher Rahmen

Das Seminarprogramm dauerte von April bis Juli 2004, fand zwei Mal monatlich an sechs Nachmittagen von 14:30 bis 18 Uhr statt und beinhaltete eine Exkursion. Auf Wunsch der Teilnehmer wurde der Kurs um einen »sechsten Sinn«, den Gemeinschaftssinn, ergänzt und mit einer Präsentation am »Informationstag Demenz« im September 2004 beendet. Die Zertifikatsverleihung fand im Sommer 2005 statt.

Struktur, Inhalt und Themen des Projekts

Das Seminarkonzept des Kulturführerschein® Demenz bietet den Teilnehmenden Sicherheit durch einen stabilen Rahmen, fungiert wie ein roter Faden zur Orientierung und kann für die spätere Betreuungsarbeit als Muster verinnerlicht werden. Theorie- und Praxisblöcke, Gruppen- und Einzelarbeit wechseln sich ab. Jeder Seminartag ist für sich abgeschlossen, sie bauen dennoch alle aufeinander auf und ergänzen sich. In den Seminareinheiten werden den Teilnehmenden neben theoretisch fundiertem und primär praxisbezogenem Wissen über dementielle Erkrankungen auch sinnliche und gestalterische Erfahrungen zur Erweiterung und Entfaltung eines kreativen Methodenspektrums vermittelt. Wesentliches Element ist die Aktivierung und Auseinandersetzung mit den eigenen Sinneswahrnehmungen, um das Kontakt- und Kommunikationspotential zu erhöhen. Die Seminarteilnehmenden sollen zu neuen Erfahrungen und Möglichkeiten ermutigt werden mit dem Ziel, diese später auf die Arbeit mit demenzerkrankten Menschen zu übertragen.

Sequenzen der Projekteinheiten

Der Ablauf der Seminareinheiten erfolgt nach einem relativ festen Ablaufschema und orientiert sich am Kulturführerschein®. Das Fortbildungskonzept zeichnet sich im Einzelnen durch folgende Elemente aus:

Hinführung zum Thema über eine vorbereitete Umgebung

Die Idee der »vorbereiteten Umgebung« kommt von der Pädagogin Maria Montessori. Sie postuliert: »Ohne vorbereitete Umgebung gibt es kein konstruktives Tun«. Die mit passenden Materialien gestaltete Umgebung soll Anregungen geben, Anziehungskraft ausüben sowie Neugier und Lust auf das Thema machen.

Einstieg ins Thema über einen biografischen Zugang

Hier erfolgt ein Einstieg in das Thema über einen biografischen Zusammenhang. Es sollte dazu angeregt werden, sich der eigenen Biografie und Identität

bewusst zu werden. Daraus erwachsen neues Interesse und neue Kraft, sich Unbekanntem zuzuwenden und sich damit auseinander zu setzen. Oft noch unbewusst erkennen die Teilnehmenden die Bedeutung der Erinnerungen für ihr Tun und Handeln und erleben dies intuitiv als ersten Schritt des Verstehens der Welt demenzerkrankter Menschen.

Theorieblock

Als Grundlage erhalten die Teilnehmenden die nötigen Fach- und Sachinformationen, um sich dem Thema zu nähern und das Verhalten dementiell veränderter Menschen zu verstehen.

Praktische Übungen

Die Teilnehmenden erhalten hier Anleitungen zu unterschiedlichen, kreativen Erfahrungen als Basis für die Entwicklung geeigneter Arbeitsweisen und Methoden in der Betreuungsarbeit. Der Einsatz verschiedener Arbeitstechniken und Materialien im Praxisteil erfolgt in sinnvoller Kombination und Reihenfolge nach dem Prinzip multipler Anregung. Einzel- und Gruppenarbeit wechseln sich ab. Kleingruppen werden immer neu zusammengestellt, um den Prozess der Gruppenbildung und -stärkung anzuregen.

Auswertung im Plenum und Transfer auf die Betreuungsarbeit

Was haben wir erfahren, was können wir anwenden? Hier werden Feedback, Kritik und Anregungen ausgetauscht. Die in der biografischen Runde oft diffus gespürten Zugangsmöglichkeiten zur Welt der demenzerkrankten Menschen können hier fachlich und praktisch nachvollzogen werden.

Verteilung von Informationsmaterial zur Vertiefung der Themen

Schriftliche Informationen helfen den Teilnehmenden, sich nach der Seminar-Einheit noch einmal in Ruhe vertiefend mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Genuss-Element

Den Abschluss eines jeden Seminartages bildet ein gemeinsames Essen, jeweils in der Farbe des »Sinnestages« (jedem Sinn wurde eine Farbe zugeordnet). Dieses Element soll noch einmal den sinnlichen Anspruch des Projektes verdeutlichen und bietet allen Beteiligten die Möglichkeiten, sich über den Tag auszutauschen und entstandene Kontakte (aus der Gruppenbildung) zu intensivieren.

Exkursion

Zusätzlich werden inhaltlich passende Exkursionen durchgeführt, die ebenfalls die Gruppenbildung unterstützen.

Fünf »sinn«liche Tage

Theoretische und kreative Inhalte der Seminartage. Das Seminarprogramm besteht aus einer Einführungsveranstaltung und fünf Fortbildungstagen:

»Mit allen Sinnen: Schnuppern«

Die Einführungsveranstaltung »Mit allen Sinnen: Schnuppern« soll Ehrenamtlichen und am Thema Demenz interessierten Menschen einen Einblick in das geplante Seminar mit seinen Verknüpfungen von sozialen und kreativen Inhalten und Methoden geben.

Die Teilnehmenden erhalten einen ersten Einblick in das Krankheitsbild Demenz, erfahren den Unterschied von normalem und krankhaftem Vergessen, werden über die Bedeutung der Biografie informiert und lernen eine Menge über Sinne und das Deuten von Symbolen. Im kreativen Teil können sie sich in Anlehnung an Joseph Beuys »Palazzo Regale« ein persönliches Erinnerungskästchen gestalten, das Symbole für die eigene Biografie, die eigene Identität enthält. Ein bunter Imbiss beschließt den Tag. Fazit: »Nur wer sich erinnern kann, weiß wer er ist.« In der Fortbildung wird mit unseren fünf Sinnen gearbeitet, jedem Sinn wird eine Farbe zugeordnet:

- der visuelle Sinn – Sehen – Rot
- der auditive Sinn – Hören – Gelb
- der taktile Sinn – Fühlen – Blau
- der olfaktorische Sinn – Riechen – Grün
- der gustatorische Sinn – Schmecken – Orange

»Mit allen Sinnen: Sehen«

Der visuelle Tag spielt mit Bildern, informiert über die Farbe Rot und das Sehen. Den Einstieg ins Thema liefert ein Bilderteppich, der beim gemeinsamen Betrachten Erinnerungen und Gefühle bei den Teilnehmenden auslöst. Im Theorieteil erfahren die Teilnehmenden zum Beispiel, wie demenzerkrankte Menschen sehen und welche Bedeutung das Licht hat und lernen die Dimensionen der Verwirrtheit (nach Jutta Becker) kennen. Der praktische Teil beschäftigt sich mit Malen, den Lieblingsfarben und der Zufallstechnik. Zum Schluss genießen alle einen Imbiss »ganz in Rot« (von roter Paprikacreme über Tomaten bis Kirschen). Fazit: Viele Teilnehmenden sehen – auch sich selbst – am Ende des roten Seminartages mit anderen Augen.

»Mit allen Sinnen: Fühlen«

Der taktile Tag benutzt für das Fühlen das Material Filz – es werden Geräuschbälle, Blumen und Kugeln gefilzt, die sich warm und weich anfühlen. Im Theorieteil geht es um »Salami, Inseln und Bibliotheken«, die Bedeutung

des Gedächtnisses. Fazit nach einem Imbiss »ganz in Gelb«: Der Tag geht vielen Teilnehmenden »unter die Haut«.

»Mit allen Sinnen: Hören«

Der auditive Tag nutzt im praktischen Teil das Element Musik. Die Teilnehmenden malen nach Musik, probieren Klanginstrumente aus und setzen einen Text mit Geräuschen in ein Hörspiel um. Im Theorienteil geht es um das Thema Hören, um die Musik, um das Zu- und Hinhören und um Kommunikation. Der Tag endet mit einem blauen Imbiss und der Erkenntnis einer wichtigen Regel im Umgang mit demenzerkrankten Menschen: Genau hinhören und reden lassen!

»Mit allen Sinnen: Riechen«

Gestaltungsideen für den olfaktorischen Tag sind ein Riechbild und selbst angerührte Cremes, die mit dem persönlichen Lieblingsduft versehen werden. »Flüchtige Erinnerungen« können in einem persönlichen Erinnerungsbuch festgehalten werden. Der Theorienteil beschäftigt sich mit Biografiearbeit, den »Fünf Säulen der Identität« und damit, welchen Stellenwert Erinnerungen überhaupt und besonders im Umgang mit demenzerkrankten Menschen haben. Ein Imbiss ganz in Grün und viele »naseweise« Anregungen und Erinnerungen schließen den Tag ab.

»Mit allen Sinnen: Schmecken«

Der gustatorische Tag schließlich bringt die Teilnehmenden mit gemeinsam Kochen und Essen auf den sinnlichen Geschmack. Es geht um »Verführung mit Schokolade«, um Türen, die Geschmack auf etwas Neues machen können und im übertragenen Sinn um »Geschmack bekommen auf die Arbeit mit demenzerkrankten Menschen«. Im Theorienteil geht es um die Situation der pflegenden Angehörigen. Der Tag schließt mit einem gemeinsam gekochten orangefarbenen Menü.

»Der sechste Sinn: der Gemeinschaftssinn«

Zusätzlich zu den fünf geplanten Sinnestagen gab es auf Wunsch der Teilnehmenden noch einen sechsten Sinn. Es wurde getanzt und sich bewegt, im praktischen Teil ging es um die konkrete Planung eines »Informationstages Demenz« sowie die Planung eines Betreuungscafés für demenzerkrankte Menschen zur Entlastung pflegender Angehöriger in Gerresheim. Zur Abrundung des Tages und einer »runden« Fortbildung gab es runde Pizza und die Zusage von Vielen, sich in Zukunft ehrenamtlich zu engagieren.

»Mit allen Sinnen – Entdecken« Exkursionen

Die Exkursion führte ins Stadtmuseum zur Ausstellung »Fühlen, tasten und begreifen« – Bilder und Objekte für Blinde, Sehbeeinträchtigte und Sehende. Die Exkursionsteilnehmenden wurden von der Künstlerin Margot Ende persönlich in die Ausstellung eingeführt. Die haptische und visuelle Wahrnehmung der Bilder ermöglicht auch Sehenden ganz neue Erfahrungen. Das Gespräch mit den Kursteilnehmenden gab Frau Ende neue Anregungen und den Impuls, in Zukunft auch demenzerkrankte Menschen stärker in den Blick zu nehmen.

»Jetzt steht meine Tür offen, so wie mein Herz auch.«

Rückmeldungen der Teilnehmenden

- »Mir ist der Blick für die Krankheit Demenz weit geöffnet worden.«
- »Ich habe die Hoffnung, dass mich mal jemand gut betreut.«
- »Ich habe viel gelernt für die Arbeit mit Demenzkranken.«
- »Mir ist klar geworden, wie wichtig das Thema auch für uns selbst ist.«
- »Ich bin froh, dass ich das gemacht habe.«
- »Die Tage waren eine Bereicherung. Danke.«
- »Jetzt steht meine Tür offen, so wie mein Herz auch.«

In zahlreichen Gesprächen während der einzelnen Seminartage, bei Rücksprachen und in der schriftlichen Befragung nach Abschluss der Fortbildung, war die Rückmeldung zum ersten Durchgang der Fortbildung Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen« durchweg positiv:

- Offensichtlich wurde das Bewusstsein für das Krankheitsbild Demenz gefördert.
- Die Theorie- und Praxisblöcke ermöglichten den Teilnehmenden sowohl fundiertes Sachwissen zum Thema Demenz als auch praxisbezogenen Informationen.
- Die Teilnehmenden haben das Element der Aktivierung und Auseinandersetzung mit der eigenen Sinneswahrnehmung gern angenommen, um ihr Kontakt- und Kommunikationspotential zu erhöhen.
- Alle konnten in der sinnlichen und kreativen Atmosphäre ihre persönlichen Akkus aufladen, die Freude am gemeinsamen Arbeiten erleben und ihre eigenen sinnlichen Wahrnehmungen sensibilisieren und fördern.

Die positive Rückmeldung der Teilnehmenden zog weitere Kreise über Gerresheim und Düsseldorf hinaus. Für hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus der gemeinwesenorientierten und stationären Altenarbeit wurde ein Multiplikatorenprogramm »Kulturführerschein® Demenz« entwickelt.

Das Evangelische Erwachsenenbildungswerk Nordrhein hat das Programm in einer Broschüre ausführlich dokumentiert.

»Café VergissMeinNicht« – Das Betreuungscafé im Stadtteil

Wesentlicher Bestandteil des Kulturführerschein®-Programms ist es, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für ein bürgerliches Engagement zu gewinnen und sie bei ihren Projekten zu beraten und zu begleiten. Die Gruppe des ersten Fortbildungsdurchgangs entschied sich für ein Gemeinschaftsprojekt: Sie initiierte ein Betreuungsangebot für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen: Das »Café VergissMeinNicht«.

Das »Café VergissMeinNicht« spricht drei Zielgruppen an:

- *Pflegende Angehörige...* stehen in einer engen emotionalen Beziehung zu dem demenzkranken Familienmitglied. Die Diagnose Demenz konfrontiert alle Beteiligten mit Schmerzen, Angst vor der Zukunft und Abschied. Pflegende Angehörige sind ständig gefordert, ihren Alltag an die sich wandelnden Bedürfnisse des Kranken anzupassen. Das an Demenz erkrankte Familienmitglied braucht mehr Zeit und Zuwendung als je zuvor. Pflegende Angehörige brauchen Unterstützung! Einmal in der Woche wird das an Demenz erkrankte Familienmitglied im »Café VergissMein Nicht« betreut und der pflegende Angehörige hat Zeit zur freien Verfügung.
- *Demenzkrankte Menschen...* verlieren zunehmend ihr Erinnerungs- und Denkvermögen, behalten jedoch die Fähigkeit, ihre Gefühle zu erleben. Jeder Mensch braucht jedoch seine Geschichte, um zu wissen und zu spüren, wer er ist. Die Türen zu den Erinnerungen lassen sich nicht mit dem Verstand öffnen, sondern durch die zarte Berührung der *Sinne und Gefühle!* Demenzerkrankte Menschen verlieren nicht das Bedürfnis nach Geselligkeit, Kommunikation und Kontakt. In der Geborgenheit und Sicherheit des »Café VergissMeinNicht« können die demenzkranken Menschen entspannen und so Begegnung und Austausch erleben!
- *Ehrenamtlich Mitarbeitende.* Sie haben in der Seminarreihe Kulturführerschein® Demenz – »Mit allen Sinnen« eine intensive Schulung und Vorbereitung erfahren und ein Bewusstsein für das Krankheitsbild Demenz entwickelt. Ehrenamtliche unterstützen im »Café VergissMeinNicht« die Hauptamtlichen und ermöglichen so in einer 1:1 Betreuung einen individuellen und Vertrauen stiftenden Zugang zu demenzerkrankten Menschen. Gelungener Kontakt vollzieht sich immer nur im Geben und Nehmen!

Vorbereitende Schritte

Betreuungsteam

Es fanden sich insgesamt 15 Personen, die mit viel Engagement und Ideenreichtum an der Umsetzung des Projekts mitwirkten. Nach nunmehr zwei Jahren sind noch alle Ehrenamtlichen im Team »Café VergissMeinNicht« aktiv. Inzwischen sind auch Aktive aus den nachfolgenden Seminarprogrammen in das Projekt mit eingestiegen. Die Aktiven üben ihr Ehrenamt mit großer Zuverlässigkeit aus. Für die Gäste stehen immer ausreichend Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner zur Verfügung: Bevor das Vorhaben in die Tat umgesetzt wurde, hat sich die Gruppe in einem gemeinsamen Prozess auf den Namen, die Struktur und den Inhalt des Angebotes verständigt.

Struktur

Die Entscheidung fiel einstimmig auf den Namen »Café VergissMeinNicht«, bedeutet er doch, dass *alle* beteiligten Personengruppen mit ihren Bedürfnissen und Wünschen nicht vergessen werden sollen und dass das gemeinsame Erinnern einen hohen Stellenwert hat. Das Café findet an drei Tagen im Monat statt, jeweils von 14 bis 17 Uhr. Für die Öffentlichkeitsarbeit waren die Akteure von Anfang an selbst verantwortlich. Der von ihnen entwickelte Flyer und anderes Informationsmaterial wurden an Ärzte, Apotheken, Vereine, Kirchengemeinden verteilt, Pfarrbriefe, Lokalpresse und Lokalfunk wurden informiert. Das Projekt profitierte und profitiert immer noch erheblich von den persönlichen Kontakten der Ehrenamtlichen im Stadtteil. Einstimmigkeit herrschte bei der Entscheidung, dass der Besuch des Cafés kostenlos sein sollte. Zur Deckung der Kosten werden gern kleine Spenden entgegen genommen.

Dabei waren für die Gruppe folgende Argumente entscheidend:

- Sie wollen unbedingt etwas von der Haltung, die sie bei der Fortbildung erfahren durften, zurückgeben.
- Nächstenliebe und Zeit sind unbezahlbar!
- Pflegende Angehörige sollten nicht zeitlich entlastet und finanziell belastet werden.
- Die Refinanzierung vergleichbarer Angebote über die Pflegeversicherung gilt nur bei einer Pflegestufe. Dies ist nicht »niedrigschwellig«.
- Der Stadtteil soll sich solidarisch mit den Angehörigen zeigen und das Café finanziell mit Spenden unterstützen. Sponsoren sollen gefunden werden.
- Die Ehrenamtlichen wollen nicht unter dem Erwartungsdruck einer bezahlten Leistung stehen.

Des Weiteren wurde entschieden, das Café auch für Besucher mit einem erhöhten Betreuungsaufwand und für hochbetagte Besucher der Begegnungsstätte zu öffnen, die nicht oder nur anfänglich dement sind, aber bei anderen Angeboten der Begegnungsstätte nicht mehr mithalten können. Es sollen regelmäßige Treffen stattfinden, die zur Planung, zum Austausch, zur Vertiefung und zum Kennenlernen von neuen kreativen Methoden dienen sollen. Für einen pflegerischen »Notstand« soll der häusliche Pflegedienst der Diakonie zur Verfügung stehen.

Inhalt

- Auch über den Inhalt des Betreuungsangebotes wurde Einigkeit erzielt.
- Jedem Nachmittag wird ein bestimmtes Thema zugeordnet.
- Die Nachmittage bekommen einen ritualisierten Ablauf. Dieser gibt den Besucherinnen und Besuchern – und den ehrenamtlich Mitarbeitenden – Orientierung und Sicherheit.
- Die Besucherinnen und Besucher haben, wenn möglich, feste Plätze und neben jeder und jedem sitzt ein Ehrenamtlicher zur individuellen und persönlichen Betreuung.

Die einzelnen Sequenzen des Nachmittages orientieren sich am Ablauf des Kulturführerschein® Demenz:

Vorbereitete Umgebung

Die Besucher des Cafés sollen durch die »Vorbereitete Umgebung« Geborgenheit und Wertschätzung erleben und auf das jeweilige Thema eingestimmt werden. Zur »Vorbereiteten Umgebung« nach Maria Montessori zählen der Raum, das Material und die Haltung der Betreuenden.

Der Raum ...

... ist freundlich und liebevoll gestaltet. Vertraute Musik schafft den akustischen Rahmen. Nur in einer Geborgenheit vermittelnden Atmosphäre kann ein demenzerkrankter Mensch entspannen. Nur so kann Begegnung ermöglicht, Beziehung erfahren und zum Ausdruck gebracht werden.

Das Material ...

... sollte sorgfältig ausgesucht und von sinnlich ansprechender Qualität sein. Als solches ist es Schlüssel und Symbol für die Wertschätzung und der Respekt für dementiell erkrankte Menschen.

Die Haltung ...

... ist eine suchende Haltung. Neugier, warmes Interesse, Kreativität und Intuition ermöglichen einen Zugang zu dementen Menschen und ihrer Erinnerungen.

rungswelt. Intuition gilt hier als Synonym für einführendes Verstehen, Echtheit und Wertschätzung auf der Basis von Fachwissen.

Begrüßung

Jeder Gast wird sehr herzlich begrüßt, an seinen Platz geführt, auf die Materialien hingewiesen und auf das Thema des Nachmittags eingestimmt.

Kaffeerunde

Wenn alle Besucher sitzen, wird der Nachmittag mit einem Gedicht und/oder Lied eröffnet und alle sind zu Kaffee und Kuchen eingeladen. Der Kuchen wird von einer Gerresheimer Bürgerin gebacken und gespendet.

Kreativer Teil

Nach dem Kaffeetrinken beginnt der zweite Teil des Nachmittags. Er enthält immer spielerische Gedächtnisübungen und eine Bewegungsübung. Das gemeinsame Tun bei den kreativen Elementen dient der Erinnerungspflege, dem Austausch und der Freude an der Gestaltung. Die Angebote orientieren sich an den Möglichkeiten der Besucher, sollen diese in ihren Fähigkeiten bestärken und so zu einem positiven Selbstbild beitragen.

Verabschiedung

Das gemeinsame Singen hat einen großen Stellenwert. Daher endet auch der Nachmittag immer mit einem gemeinsamen Lied und einer Einladung zum nächsten Treffen. Jeder Gast wird zur Tür begleitet und – wenn möglich – nach Hause gebracht.

Erfahrungen mit dem »Café VergissMeinNicht«

Die Erfahrungen mit dem »Café VergissMeinNicht« sind durchweg positiv. Das Angebot findet bei allen Beteiligten, aber auch im Stadtteil große Zustimmung und Anerkennung. Die positiven Erfahrungen kommen in den Rückmeldungen zum Ausdruck:

- ... von den Gästen: Die Gäste kommen offensichtlich sehr gerne zu den Nachmittagen und versichern immer wieder, wie schön sie es finden. »Da träumen ja die Augen«, äußerte eine Besucherin beim Anblick des schön gedeckten Tischs. Die Stimmung ist sehr entspannt, es wird viel gelacht. Die Mitarbeiter werden nicht namentlich, aber immer öfter an ihren »lieben Gesichtern« erkannt. »Ich wundere mich immer, was mir hier so einfällt und dann sinne ich zu Hause noch darüber nach.«
- ... von den Angehörigen: »Nach zehn Jahren wurden meine Gebete erhört«, kommentierte eine Tochter das Angebot. Das Café wird als Entlastung empfunden und als Möglichkeit zur Beratung und Information wahrgenommen.

genommen. Die Angehörigen sind oft erstaunt, wie schnell sich ihr Familienmitglied in die Gruppe integriert und sich schon nach wenigen Treffen an den Nachmittag im »Café VergissMeinNicht« als einen festen Termin erinnert.

- ... von den Ehrenamtlichen: »Jeder Nachmittag ist eine Bereicherung für mich und ich gehe müde, aber zufrieden nach Hause«. Den Ehrenamtlichen machen die Nachmittage sichtlich Freude und sie sind immer wieder erstaunt, wie positiv die Gäste reagieren und welche Erinnerungen wach gerufen werden können.
- ... aus dem Stadtteil: Gerresheimer Vereine wie Bürgerhilfe, Kolpingfamilie und Gerresheimer Jongens, aber auch Parteien und Einzelpersonen unterstützen das Café mit Spenden. Die Kirchengemeinden im Stadtteil unterstützen das Projekt, das auch ihrer Arbeit zugute kommt.

Vertiefungsseminare

Der Kulturführerschein® Demenz »Mit allen Sinnen« kann nur als Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem Thema Demenz verstanden werden. Gerade dann, wenn man Menschen für diese schwere Aufgabe gewinnen will, ist es wichtig, sie nicht mit der Komplexität des Themas zu überfordern. Gleichwohl brauchen sie für ihre Tätigkeit weitergehende Erfahrungen und Informationen. Deshalb wurden im Laufe des Entwicklungsprozesses Vertiefungsseminare angeboten. Da nicht alle Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmer im Café aktiv geworden sind, sondern in anderen Zusammenhängen für Demenzkrankte tätig sind, dienten die Vertiefungsseminare auch dazu, ihnen ein Forum für Austausch und Ermutigung zu geben. Themen dieser weiterführenden Seminare waren u.a.

- »Das Krankheitsbild Demenz – Ursachen und Behandlung aus medizinischer Sicht«
- »Menschen mit Demenz verstehen lernen«
- »Menschen mit Demenz validierend begleiten«
- »Kommunikation mit dementiell erkrankten Menschen«
- »Musiktherapie«.

Schlussbetrachtung

»Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen«, ist mehr als ein Projekt. Es ist vielmehr der Versuch, ein Thema, einen Bedarf, in all seinen Facetten wahrzunehmen und für die Zielgruppen entsprechend umzusetzen: für die Bürger des Stadtteiles, die Institutionen eines Stadtteiles, die pflegenden Angehörigen, die an Demenz erkrankten Menschen im Stadtteil, ehrenamtlich Mitarbeitende und die Besucherinnen und Besucher der Begegnungsstätte.

Mehrere Faktoren sind für das Gelingen und die nachhaltige Wirkung des Projektes verantwortlich gewesen:

- Die frühe Einbindung aller im Stadtteil bestehenden Institutionen der Altenarbeit, der Politik, Vereine, Verbände und Ärzte war eine wesentliche Voraussetzung. Nur so konnten Kooperationen entstehen, wurden Multiplikatoren gefunden und eine breite Öffentlichkeit informiert (Runder Tisch, Herstellung von Öffentlichkeit).
- Die Einbindung der Ehrenamtlichen in die Planung und konkrete Umsetzung des Projektes. Die gemeinsame Namensfindung (»Café VergissMein Nicht«), ermöglichte eine hohe Identifikation mit dem Projekt, der Zielgruppe, dem Vorbereitungsteam und dem Angebot.
- Mit Kooperationen wurden Menschen zu Partnern gemacht. Die Zusammenarbeit erweiterte den eigenen Erfahrungshorizont und das Methodenspektrum, stellte vorhandene Ressourcen zur Verfügung und brachte das Thema trägerübergreifend und zum Nutzen aller voran.
- Der Träger der Einrichtung ist mit seinem kostenlosen Bildungsangebot in Vorleistung gegangen, ohne die Teilnehmenden zu einer ehrenamtlichen Tätigkeit zu verpflichten. Die Investition zahlte sich aus, alle Beteiligten und der Stadtteil können als Gewinner betrachtet werden.
- Auch die Methoden zur Förderung des Gruppenprozesses haben sich als sehr bedeutsam erwiesen. Die Teilnehmenden haben sich zu keiner Zeit als Einzelkämpfer empfunden; die Verantwortung für die Aufgaben wurde auf viele Schultern verteilt. Die Gruppe hat sich zu einem tragfähigen und belastbaren Netzwerk entwickelt, auf dessen Hilfeleistungen jeder und jede auch außerhalb der Projektarbeit zurückgreifen kann.

